



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

دانشکده پرستاری و مامایی رازی

پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

عنوان

بررسی تاثیر مشاوره آموزشی بر خود مراقبتی زنان یائسه مراجعه کننده به کانون
بازنشستگان شهر کرمان در سال ۱۳۹۴-۱۳۹۳

توسط: ناهید نصری

استاد راهنما اول : منوره اتقایی

استاد راهنما دوم : دکتر بتول تیرگری

سال تحصیلی: ۱۳۹۴-۱۳۹۳



**Effect of educational counseling on self care in menopausal
women referred to Kerman retirees centers in 2015**

A Thesis
Presented to
The Graduate Studies



By:

Nahid Nasri

In Partial Fulfilment
Of the Requirements for the degree
Master of Science in:

Counseling In Midwifery

Kerman University Medical Sciences

August 2015

چکیده:

مقدمه و هدف: یائسگی یکی از مراحل اجتناب ناپذیر زندگی خانم هاست که شناخت عوامل خطر و کنترل عوارض آن، از ضروریات است. زنان در این دوران هیچ گونه مراقبتی رادریافت نمی کنند، درحالی که تلاش درجهت ارتقاء سطح آگاهی زنان به منظور مراقبت از خود می تواند به بهبود کیفیت زندگی آنها در دوران یائسگی کمک نماید. لذا این مطالعه با هدف تعیین تاثیر مشاوره آموزشی بر میزان خودمراقبتی زنان یائسه مراجعه کننده به کانون بازنشستگان شهر کرمان انجام شد.

مواد و روش ها: این مطالعه یک مطالعه مداخله ای بود که در آن ۸۰ زن یائسه به صورت سرشماری انتخاب و سپس به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و مداخله وارد شدند. اطلاعات اولیه خود مراقبتی از طریق پرسشنامه پژوهشگر ساخته جمع آوری شد، سپس برنامه مشاوره طی دو جلسه یک ساعته برگزار و ۶ هفته بعد از مشاوره ارزشیابی ثانویه صورت گرفت. داده ها پس از جمع آوری با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: مقایسه میزان خودمراقبتی گروه مداخله قبل و ۶ هفته بعد از مشاوره در زنان یائسه مراجعه کننده به کانون بازنشستگان شهر کرمان نشان داد که میانگین نمره خودمراقبتی این گروه قبل و بعد از مشاوره تفاوت آماری معنی داری دارد ($P < 0/001$)، اما در گروه کنترل میانگین نمره خودمراقبتی در دو بار اندازه گیری تفاوت آماری معنی داری نداشت ($P = 0/90$). همچنین یافته ها حاکی از آن بود که میانگین نمره خودمراقبتی دو گروه قبل از مشاوره یکسان بوده و از لحاظ آماری تفاوت معنی داری بین آنها وجود نداشت ($P = 0/42$) اما میانگین نمره خودمراقبتی دو گروه بعد از مشاوره از لحاظ آماری تفاوت معنی داری را نشان داد ($P = 0/001$).

نتیجه گیری: نتایج حاکی از تاثیر مثبت مشاوره آموزشی بر خود مراقبتی زنان یائسه می باشد، بنابراین اجرای یک برنامه مشاوره ای مناسب با کمترین هزینه، می تواند نقش موثر و ارزنده ای در ارتقاء میزان خودمراقبتی زنان ایفاء نماید.

کلید واژه: یائسگی، خودمراقبتی، مشاوره آموزشی

ABSTRACT

Background and Objective: Menopause is inevitable step of women's life, recognize the risk factors and its complications is essential. Women in this age do not receive any care while efforts to raise awareness of women to self care during menopause can contribute to quality improvement of their lives. This study was aimed to determine the impact of educational counseling on self-care menopausal women referred to the Kerman retired center.

Method: This was an interventional study. 80 menopausal women were selected Census form and then were randomly divided to interventional and control groups. Initially, information self-care was collected by made Researcher questionnaire. Then counseling program was performed during the two sessions for one hour. Six weeks after counseling done the second evaluation. Data collected were analyzed using SPSS version 19.

Results: Comparison of self-care intervention group before and 6 weeks after the consultation in menopausal women referred to retirement center in Kerman showed that the mean score of self-care this group is a significant difference before and after the consultation ($P<0/001$), But in control group mean score of self-care in two measurements showed no significant differences ($p=0/90$) The findings showed that the mean score of self-care two group was the same before consultation, and there was no statistically significant difference between ($P=0/42$). But mean score of self-care two groups was statistically significant difference after consultation ($P=0/001$).

Conclusion: The results showed the positive effect of educational counseling on self-care in menopausal women, Therefore, the implementation of a proper consultation program with the lowest cost, can be effective and valuable in the promotion of women self-care.

Keywords: menopause, self-care, educational counseling